

TALLER DE MUSICOTERAPIA



1. INTRODUCCIÓN

Desde el inicio de la humanidad la música, el sonido y la danza han sido utilizados con fines terapéuticos. En la antigüedad la música se empleaba para influir tanto en estados emocionales, como cognitivos y físicos de los individuos, incluso se le atribuían fines curativos y mágicos. Pero es durante el siglo XIX cuando se desarrolla material bibliográfico de referencia sobre la musicoterapia, elaborado por médicos y estudiantes de medicina. De esta manera se comienza a dar forma a lo que en el siglo siguiente pasaría a ser una nueva disciplina sanitaria.

Por ser una terapia integradora y transversal, se utiliza para intervenir en diferentes colectivos y contextos, entre los que podemos citar: personas con trastornos del desarrollo, con discapacidades físicas, sensoriales e intelectuales, niños y adultos con trastornos psiquiátricos, atención temprana, geriatría, violencia doméstica, inmigración, neonatología, rehabilitación neurológica.

2. ¿QUÉ ES Y EN QUÉ CONSISTE LA MUSICOTERAPIA?

Es un proceso sistemático de intervención donde el terapeuta ayuda al usuario/paciente a mejorar la salud, a nivel físico y psicológico.

El diseño se realiza a partir de las necesidades detectadas en los participantes, principalmente el desarrollo de la autoestima el fortalecimiento de la autonomía, el reconocimiento, expresión y regulación de las emociones.

Se aplican técnicas específicas de musicoterapia, como de ejecución musical, la escucha activa, la improvisación vocal e instrumental, el movimiento, la expresión corporal y la creación de espacios sonoros.

La musicoterapia consiste en el uso de la música y de sus elementos (sonido, ritmo, melodía, armonía), por un musicoterapeuta cualificado con un usuario o grupo, en un proceso destinado a facilitar y promover la comunicación, aprendizaje, movilización, expresión, organización u otros objetivos terapéuticos relevantes, a fin de asistir a las necesidades físicas, psíquicas, sociales y cognitivas.

Existen respuestas fisiológicas y psicológicas frente al fenómeno sonoro:

- **Respuestas fisiológicas:** el sonido afecta el sistema nervioso autónomo que es la base de nuestra reacción emocional.

Por otro lado, es capaz de estimular respuestas reflexivas, inducir las fases neurológicas y sensoriales de excitación y relajación, acelerar o frenar las funciones periódicas del cuerpo como la respiración, el ritmo cardíaco, la presión arterial o el ritmo digestivo.

La música además es un medio de generación de fuerza física ya que el ritmo estimula la acción muscular e induce actos corporales.

- **Respuestas psicológicas:** las respuestas psicológicas a una experiencia musical dependen de la capacidad del oyente o del ejecutante para comunicarse o identificarse con ella.

Esto no dependerá exclusivamente de la calidad de la música ni del nivel de la ejecución, sino más bien de la significación personal que tenga para el oyente.

La música puede expresar toda la gama de experiencias del hombre. Induce a un repertorio muy amplio de respuestas, inmediatas o diferidas, voluntarias o de carácter automático. Tiene el poder de evocar, asociar e integrar; es por esa razón que se convierte en un recurso excepcional de autoexpresión y de liberación emocional.

3. NECESIDADES Y OBJETIVOS

Una vez que se detectan las posibles necesidades de los participantes, se formulan los objetivos de la intervención.

Necesidades comunes del grupo:

- Reconocerse corporalmente.
- Situarse en el espacio y el tiempo.
- Recordar acontecimientos de sus vidas.
- Aumentar el nivel de autonomía.
- Comunicarse con los demás.
- Tener contacto con el entorno e integrarse a éste.
- Participar en actividades sociales.
- Reconocer, expresar y regular sus propias emociones.
- Mantener los tiempos de atención.
- Ser escuchados.
- Sentirse útiles.

El proyecto persigue objetivos a dos niveles: por un lado orientados a las personas mayores con dependencia y por otro, a los profesionales implicados en el desarrollo del programa:

3.1 Objetivos para las personas mayores:

Se pueden agrupar cinco categorías:

- **Conductas sociales y emocionales:** dado que frecuentemente las personas dependientes tienen problemas a la hora de adquirir habilidades sociales, se utilizan actividades musicoterapéuticas estructuradas, que incorporan movimiento, canciones y actividades rítmicas que pueden ofrecer la estimulación necesaria para adquirir habilidades sociales apropiadas.

En lo referido al desarrollo emocional, es posible trabajar a partir del reconocimiento y asociación de una identidad musical propia y/o del entorno. La música en este punto aportará señales de reconocimiento emocional. Por otro lado será un fuerte impulsor de la expresión emocional personal.

- **Habilidades motoras:** la música por excelencia es un potente estímulo para el desarrollo motriz. Este tipo de actividades permitirá a la persona dependiente, explorar su propio cuerpo a través del movimiento libre y guiado.

Se trabajan además habilidades referidas a conceptos tales como lateralidad, direccionalidad, flexibilidad y agilidad, y por otro lado se puede potenciar la motricidad fina a través de la ejecución de instrumentos así como de actividades de expresión plástica unidas a las de expresión musical.

- **Habilidades de comunicación:** la musicoterapia potenciará el desarrollo de habilidades comunicativas, ya que a través del sonido y sus componentes, podemos ayudar a un usuario a desarrollar el lenguaje expresivo, receptivo, la intención comunicativa, la escucha activa y la capacidad de seguir consignas.

Por otro lado la música puede favorecer a desarrollar destrezas tales como el reconocimiento, diferenciación y discriminación sonora y fundamentalmente a la toma de conciencia del entorno sonoro.

- **Apoyo para potenciar el área cognitiva:** como sabemos las personas con dependencia tienen dificultad para prestar atención a una determinada tarea. Esto, entre otras causas, se debe a la dificultad que tienen para filtrar estímulos relevantes.

En lo que se refiere a seguir instrucciones y para que éstas sean significativas deberán ser muy simples y concretas. La musicoterapia a través de juegos

musicales tales como la repetición de sonidos y/o el seguir instrucciones a partir de canciones reiterativas en sus letras puede ser un efectivo medio para lograr avances en esta área.

De igual modo, ya sea con la utilización de instrumentos musicales u objetos de uso cotidiano a los que asignamos funciones musicales, podemos contribuir al desarrollo de habilidades cognitivas, a través de la diferenciación o clasificación de sonidos.

- **Música como Actividad de Ocio:** desde la musicoterapia puede animarse a las personas con dependencia a utilizar la música en su tiempo libre.



En definitiva, con la terapia musical se persigue:

- que el usuario se sienta bien y disfrute escuchando música.
- facilitar una herramienta para la expresión emocional de personas dependientes que mantienen un escaso feed-back con el mundo y que han perdido habilidades de comunicación, expresión y disfrute.
- provocar la conexión del usuario con sus recuerdos, con su identidad y su historia, haciendo que tanto ella como el personal que está al cargo de su cuidado la vea y reconozca como PERSONA.

3.2 Objetivos para los profesionales:

- Ofrecer un instrumento más para un cuidado de calidad de las personas dependientes.
- Facilitar el establecimiento de relaciones empáticas entre los profesionales y las personas dependientes, lo que a su vez contribuye a humanizar el cuidado.
- Lograr que el personal se sienta gratificado en sus esfuerzos por la atención. Las reacciones emocionales de los usuarios son un refuerzo positivo también para las buenas prácticas profesionales.

4. CARACTERÍSTICAS DEL GRUPO DE PARTICIPANTES.

Se trabaja en sesiones grupales (10 usuarios) y también en sesiones individuales.

Es una propuesta de carácter preventivo, en donde se integra lo recreativo y lo terapéutico, desde la interacción mediante experiencias musicales en grupo.

Es un programa de apoyo emocional con música, que se ajusta a la programación general de la organización y a las necesidades de los usuarios.

Se evalúa al grupo en su conjunto, así como individualmente a cada participante, de forma sistemática y continua, realizando un seguimiento, personalizado, teniendo en cuenta la relación que cada uno mantiene con otras personas significativas. Se utilizan técnicas, cualitativas de evaluación, la observación directa, etc.

5. METODOLOGÍA

Vamos a realizar dos trabajos, uno con cada una de las personas de forma individual y otro de forma conjunta.

En ambos casos la música es el elemento para transmitir las emociones de la persona a la que se ofrece, tratando de que las que experiencias sean positivas.

5.1 En la metodología individualizada: con cada persona se inicia un proceso personalizado que contiene las fases que planteamos a continuación y que incorpora elementos diferenciales en cada caso.

El conocimiento de su historia de vida contribuye a la elaboración de un **repertorio personalizado y significativo** y al diseño de estrategias personalizadas, y es la base para un desarrollo exitoso del programa.

La musicoterapeuta “lidera” las primeras fases. En ellas, mediante la escucha, la observación y anotación de reacciones, se va ajustando el programa de forma paulatina. Una vez ajustado a cada persona, las sesiones sucesivas son dirigidas por el personal de atención directa.

En función de cómo transcurren estas primeras sesiones, a partir de la quinta o sexta sesión se lleva a cabo una evaluación conjunta con el personal. En esta **reunión de**

coordinación se decide el momento del día en el que se considera más apropiado implantarlo y se toman acuerdos operativos (quién gestiona el mp3, los registros,...).

En todos los casos, superado el periodo de adaptación, el programa se ofrece **a diario** a la persona mayor, lo cual no significa que tenga que llevarse a cabo todos los días de manera sistemática; hay que tener en cuenta las necesidades de cada momento.

Semanalmente la musicoterapeuta coordina y apoya el programa para su óptimo desarrollo

El contenido es personalizado y abarca todos los estilos musicales. Las sesiones son individuales con una duración que varía en función de las respuestas observadas en las personas mayores, siendo la aconsejada de 45 minutos.

Con cada persona que se adscribe al programa se inicia un proceso que recorre las siguientes fases:

CONTENIDO	QUIÉN	CUÁNDO
Identificación y selección de candidatos.	Cualquier profesional puede plantearlo al equipo para su valoración. Las familias lo pueden solicitar.	En cualquier momento.
Recogida de información sobre la historia de vida, relación con la música.	Musicoterapeuta recopila la información sobre la historia musical. Esta información puede provenir de diferentes fuentes (su propia experiencia en grupos de musicoterapia, de otros profesionales del módulo o de plantas en las que ha residido anteriormente, de la familia, etc).	Previo al comienzo de la experiencia.
Acercamiento y habituación al programa.	Musicoterapeuta	Primeras sesiones (número variable según las necesidades).
Registro de respuestas ante diferentes estilos musicales.	Musicoterapeuta	
Elaboración de un repertorio personalizado, establecimiento de condiciones adecuadas a la persona.	Musicoterapeuta	
Intercambio, información y formación de equipo de atención directa.	Equipo musicoterapeuta en coordinación con la animadora.	De manera simultánea a las primeras sesiones. Intensidad variable dependiendo de si el personal ha asumido o no con anterioridad el programa.
Implementación de las sesiones y evaluaciones periódicas.	Primeras sesiones: musicoterapeuta. Continuidad: auxiliares de atención directa.	Continuo. Diaria. Aplicación flexible. Coordinación semanal.

ANEXO 1: FICHA MUSICOTERAPÉUTICA INDIVIDUAL.

5.2 En la metodología conjunta, se pondrán canciones famosas de diferentes, épocas y estilos y se les darán instrumentos musicales para que todos participen y se despierten sus emociones y recuerdos.

Al oír a los compañeros aunque no recuerden en un principio, se busca que se trabaje tanto las relaciones afectivas entre ellos como sus recuerdos.

5.2.1 SESIONES

Advertencias:

- La música como terapia nos obliga a NO limitarnos estrictamente a lo que hay programado para cada sesión. Por ejemplo si vemos un nivel alto entre los participantes de conocimiento musical, podemos dedicar un rato de cada sesión a ir elaborando una canción entre todos, escribiendo la letra y poniéndole la música y así al final del taller, habremos compuesto entre todos una canción.
- Si vemos que disfrutan más con el canto, con el ritmo o con el baile, tendríamos que incluir más actividades de este tipo.
- Las actividades tienen que ajustarse al nivel de ánimo de los participantes. Por tanto las actividades podemos hacerlas en el orden que nosotros creamos conveniente.
- Las actividades suelen terminar con una puesta en común verbalizada de las sensaciones, impresiones,... que han producido en ellos.
- A veces las limitaciones en material puede hacer que ciertas actividades no las podamos realizar.
- La duración de cada actividad va a depender del grupo y de su grado de implicación en cada una de las actividades.
- La manera idónea de colocarse es sentados en círculo.
- Si en alguna sesión nos sobran actividades las podemos reservar para sesiones posteriores. Si por el contrario, nos faltan podemos coger actividades de otras sesiones.
- Al principio de cada sesión podemos preguntarles si se acuerdan de lo que hicimos el día anterior. Es una manera sencilla de estimular la memoria de los participantes.

SESIÓN 1:

•Es imprescindible antes de empezar con nada conocer a las personas que van a componer el taller. En una primera toma de contacto se realizará una presentación personal por parte del musicoterapeuta o personal de SAD que imparta el taller y otra presentación individual de cada uno de los participantes. (20min aprox).

•Hacer una breve introducción a los participantes acerca de en qué consiste la musicoterapia, los beneficios que puede aportar, qué es lo que vamos a trabajar y lo bien que se lo van a pasar. (30min aprox.)

•Pasar un Cuestionario sobre Preferencias Musicales. Es conveniente ir leyendo en voz alta cada pregunta mientras ellos anotan su respuesta y aclarar cualquier duda que pueda surgir. (20min).

•**MPI**(Música Personal Identificativa) Escuchamos una canción elegida como preferida por uno de los usuarios y hacer que la canten todos o dibujen lo que les transmita la canción en cuestión.

•Movimientos libres. Pedir a cada paciente que invente un nuevo movimiento y que los demás lo imiten.

•Realizar un ejercicio de reconocimiento de sonidos: Primero se le pide a los participantes que cierren los ojos y que intenten escuchar todos los sonidos que se oigan dentro de la sala, los retenga en memoria y al cabo de un rato que lo expresen en voz alta.

•Poner una pieza de música clásica como por ejemplo “La Primavera” de Vivaldi y hacer que la escuchen de un modo relajado y con los ojos cerrados. Al terminar preguntarles que han sentido, si se han imaginado algo, comparación con colores, etc. (10min).

•Escuchar una canción de **sevillanas** e imitar los movimientos y rotaciones de muñeca, dedos y brazos, así como aquellos usuarios que sepan bailarla, lo hagan.

•**Juego del eco.** Uno de los participantes interpreta un motivo rítmico, ya sea percutiendo con las manos o con la voz. Y luego lo interpretan todos. El motivo debe ser corto.

•**Final de sesión del taller.** Puede utilizarse una canción emotiva y agradable de recordar como despedida.

SESIÓN 2:

•**MPI**(Música Personal Identificativa) Escuchamos una canción elegida como preferida por uno de los usuarios y hacer que la canten todos o dibujen lo que les transmita la canción en cuestión.

•**Iniciación al ritmo.** Escuchar la marcha Radetzky y que los usuarios vayan marcando con una pandereta, guitarra, violín, castañuelas, xilófono y otros instrumentos musicales, el ritmo simple y pedirles que lo imiten.

Si vemos dificultades individuales para imitarlo se le presta ayuda para que lo consiga. Si por el contrario, imitan muy bien todos el ritmo o compás, pedimos que lo imiten con la voz o con otras partes del cuerpo.

•**Invitar a los participantes a bailar un pasodoble.** Los que no quieran mantenerlos ocupados haciendo otra cosa como dando palmas, o moviendo los brazos al son de la música, etc.

•Se le entregan a cada uno las letras de 2 canciones de su época o 2 de las recogidas por el cuestionario de preferencias musicales. A continuación reproducimos las canciones a la vez que ellos las cantan leyéndolas. Al terminar cada canción se deja unos instantes para comentarios, recuerdos, impresiones, etc.

Si las han cantado equivocándose muchas veces, podemos volver a repetirlo en ésta o en la siguiente sesión.

•**Danza libre-expresión.** No se concreta qué hay que expresar. Con música de fondo como “El carnaval de los animales” (Saint-Saëns) o “La fille aux cheveux de lin” (Debussy) para invitarles a expresarse. Como posición de partida les sugerimos que se queden sentados, o se levanten o como ellos quieran. Influidos por la música cada uno es libre de hacer lo que quiera.

•**Final de sesión del taller.** Puede utilizarse una canción emotiva y agradable de recordar como despedida.

SESIÓN 3:

•**MPI** (Música Personal Identificativa) Escuchamos una canción elegida como preferida por uno de los usuarios y hacer que la canten todos o dibujen lo que les transmita la canción en cuestión.

•**El vals** merece una mención especial, por su universalidad y por su relativa facilidad de ejecución. En este caso sí se puede enseñar a bailar a los participantes, empezando por aprender cada uno de los movimientos por separado:

- De pie, con los pies juntos. Balanceo de tronco siguiendo el ritmo del vals.
- Igual que en el paso anterior, pero añadiendo balanceos de brazos
- Desplazamiento de los dos pies a derecha y a izquierda
- Desplazamiento igual, pero en círculo, muy lentamente.
- Baile normal pero individual, dando así posibilidad de expresión creativa. En este momento los brazos tienen una gran importancia.

•**Asociación de sonidos con partes del cuerpo.** Elegimos un sonido como puede ser un golpe a un tambor y pedimos a los participantes que cada vez que oigan este sonido levanten la mano derecha. Dos golpes levantar la mano izquierda. Tres golpes levantar las dos a la vez. Combinar estos tres sonidos inicialmente de una forma lenta e ir aumentando progresivamente la rapidez.

•**Músicas y bailes del mundo.** Les ponemos temas musicales característicos de ciertas regiones y ellos nos tienen que decir a que país o región pertenecen. Si conocen los bailes y quieren, que los bailen.

- Ponemos una canción que facilite a la imaginación, por ejemplo “El Danubio Azul” de Johann Strauss. Durante la audición se les pide que dibujen o escriban en un papel lo que les sugiere la música, lo que les hace sentir la música, lo que se imaginan al escucharla, si les evocan recuerdos,..
- **Expresión corporal.** Con música de fondo, hacerles expresar diversos estados de ánimo a través del movimiento: alegría, dolor, nostalgia, ansiedad, sorpresa,....
- Recordatorio de las actividades realizadas durante las anteriores sesiones.
- Comentarios acerca de lo que han aprendido, si creen que les ha servido de algo, impresiones y sentimientos acerca del taller.
- **Despedida del taller:** podemos dedicar la parte final de este día a la nostalgia y traernos toda la música posible basándonos en el cuestionario de preferencias musicales o en la experiencia previa con ellos, con el fin de evocar recuerdos en los participantes y fomentar el movimiento corporal y cantar canciones aprendidas desde su niñez hasta su su vejez.

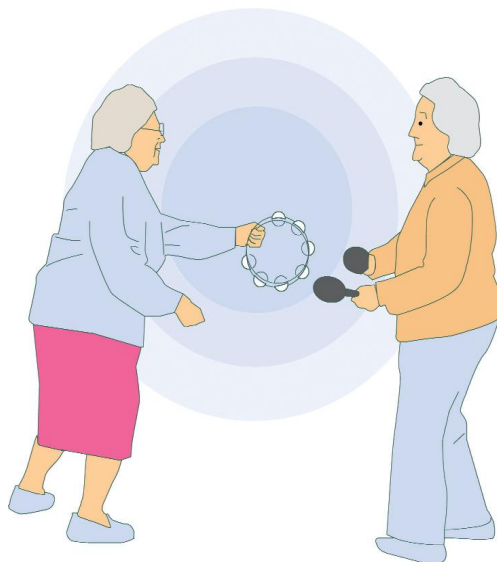
5.2.2 INSTRUMENTOS



15pc KS2 Drum and Jingle Classroom Percussion Set by Gear4music

Características principales:

- Incluye campanas de muñeca, tambores de mano y panderetas.
- Ideal para la educación musical.
- Se suministra con una caja de plástico.



CON QUÉ: MP3 y auriculares. Si bien se precisan pocos recursos, hemos de cuidar mucho la dotación de éstos, ya que pueden generar rechazo por parte de las personas mayores (ej. auriculares incómodos) o del personal (aparato complejo o repertorio difícil de localizar).

En la identificación de los recursos hemos introducido mejoras paulatinamente para simplificarlo. Merece la pena destinar un MP3 por persona, para evitar confusiones y malos usos.



CON QUIÉN: la psicóloga y musicoterapeuta, realiza el diseño y pilotaje del proyecto y es la encargada de informar, formar y apoyar al personal de atención directa, así como de la preparación de materiales y la evaluación.

Sin embargo, la implicación de las auxiliares de enfermería de cada módulo hace posible su implementación y seguimiento habitual, así como la futura proyección del programa.

5.2.3 MÚSICA



SOCIALES

Un rayo de Sol https://youtu.be/r1StY_Bfyfg

La chica ye ye <https://youtu.be/L2SG1P86JCQ>

And The Waltz Goes On <https://youtu.be/M57Fi19vcSI>

Eres mi chica soñada <https://youtu.be/odUeR8zqhdE>

El emigrante <https://youtu.be/E12oRDgjxFw>

El baile de los pajaritos <https://youtu.be/EURXPWkKlmk>

EL rock de la cárcel y la plaga <https://youtu.be/gbHXVRq55ak>

EL porompompero <https://youtu.be/18l1q9F-FZs>

Help! <https://youtu.be/kkx76rDk980>

Cocinero, cocinero https://youtu.be/fw_OIB-kbg0

EL chiringuito <https://youtu.be/nGAaH8Qntsk>
Me va, me va <https://youtu.be/O2mYfljWgno>
El torito bravo <https://youtu.be/SX8HPD3jIT0>
A tu vera <https://youtu.be/JF-dTBA3ywY>
La la la <https://youtu.be/J4g5QYJOFzQ>
Francisco alegre https://youtu.be/RD8qcG_loYU
Popotitos <https://youtu.be/LEib0IVDN8k>
El cha cha cha del tren <https://youtu.be/t9oMvAg9ByQ>
Ojos verdes <https://youtu.be/6payhuHbsvg>
Soy minero <https://youtu.be/0MI5UxFZdao>
Corre, corre caballito https://youtu.be/Ymohy_IF6wA
Valencia <https://youtu.be/BekUYOkk1ug>
Paquito el chocolatero <https://youtu.be/f7JzWQiBx5l>
Tómbola <https://youtu.be/QDmu3UpDtZE>
Clavelitos https://youtu.be/_pUeTJspnEc
Más bonita que ninguna <https://youtu.be/R6ArwbHmDYY>
Volver <https://youtu.be/l5JQ1m3mxKw>

AMOR

La casa del Sol naciente <https://youtu.be/hoSXqsueDRI>
Besame mucho <https://youtu.be/wO9jThnPyXo>
La flor de la canela <https://youtu.be/U22NbxoX7zl>
Algo de mí <https://youtu.be/4CAgg2qmaAY>
Toda la vida <https://youtu.be/TaJ6xLqpCzU>
Te quiero, te quiero <https://youtu.be/uvQqp5PjlBo>
Strangers in the Night <https://youtu.be/GseQYvduUQM>
La vie en Rose <https://youtu.be/0feNVUwQA8U>

Sapore di sale <https://youtu.be/IJsB0i4S74E>

Un beso y una flor https://youtu.be/UFsVQ_me0aI

El mundo <https://youtu.be/tSFSSM1y3Ek>

La noche <https://youtu.be/XvPQRAfDGJU>

Libre <https://youtu.be/F3DIGmi1L0I>

El amor de mi vida <https://youtu.be/vM6r0Z8ie1g>

Eres tú <https://youtu.be/JUQnIXsISvg>

My way <https://youtu.be/JXbZ7vS010E>

INFANTILES- INFANCIA

La manta al coll <https://youtu.be/8b33EFWxYrI>

La xata merenguera <https://youtu.be/OvqRkTA0Mj8>

Tengo, tengo, tengo <https://youtu.be/3InCqejIDYA>

La tarara <https://youtu.be/s-ItvaByaw8>

Don gato <https://youtu.be/hB9Dz8FvDs8>

Ja plora el xic <https://youtu.be/RIxPT3xvwoc>

El patio de mi casa <https://youtu.be/V8gtclsoCsQ>

Amparito la filla del mestre <https://youtu.be/c-d2oOVJeBs>

Un elefante se balanceaba <https://youtu.be/GGTy-UB-n30>

La panderola <https://youtu.be/Wym-bmjJ0cQ>

MÚSICA DEL MUNDO

¡Ay Jalisco, no te rajes! https://youtu.be/D34D_zUudKs Mariachis México

Por una cabeza <https://youtu.be/Gcxv7i02IXc> Tango Argentina

Y viva España https://youtu.be/KzQYyof_WqQ Pasodoble España

Kalinka <https://youtu.be/m8m2BYv02Nw> Rusia

Música tradicional <https://youtu.be/bq1GgWLMNBY> China

Cotton Eyed Joe <https://youtu.be/IZvpHwoQfGk> Country EEUU

Yodelling - Franzl Lang (Canto Tirolés) <https://youtu.be/mH8-F5RvqNc> Austria

Música de Sabana, Tambores africanos https://youtu.be/d43pNN_WKEg Música Africana

Música Árabe Para Bailar Danza del Vientre (Instrumental) <https://youtu.be/-rIOmLQi98s>

Primavera - Antonio Vivaldi https://youtu.be/j6EJBV-V_fw

Marcha Radetzky <https://youtu.be/6o7dmM3YNN8>

Cántame, <https://youtu.be/ILwG4w7Rk0M> Sevillana

El Danubio Azul https://youtu.be/Jcqq7_94wQc Vals

Sonidos de animales <https://youtu.be/k5frDtEcunM>

6. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

La evaluación y la intervención forman una unidad en el trabajo en musicoterapia. Para evaluar se necesita intervenir y viceversa.

En musicoterapia se evalúa desde la actividad espontánea y garantizando la motivación en las actividades.

De este modo, se obtiene una información más real de las competencias socio-emocionales, comunicativas, psicomotrices y cognitivas de los participantes y de sus limitaciones. Conociendo mejor a la persona es más factible determinar sus necesidades prioritarias que se convierten en los objetivos de la intervención musicoterapéutica.

Además, al iniciar el tratamiento se va rellenando un Cuestionario de Evaluación de preferencias musicales de cada persona, cuando esto sea posible, quedando como parte del conjunto de datos que forman parte del historial clínico del usuario.

Los datos más relevantes se ordenan en la Historia Musicoterapéutica. Se tendrán en cuenta también las informaciones que puedan aportar los familiares así como otros profesionales que conviven con estas personas. La información obtenida será de mucha utilidad a la hora de elegir y llevar a cabo las diferentes actividades musicales estratégicamente diseñadas para las personas concretas que participan en cada sesión de musicoterapia.

Cada sesión se evalúa mediante una ficha individual en la que se registran las conductas más significativas. Cada cierto tiempo (por ejemplo, cada 10 sesiones) se realiza un informe musicoterapéutico a la luz de la información registrada en ese periodo de tiempo en esas fichas.

ANEXO 2: FICHA DE EVALUACIÓN DE SESIÓN.

7. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

A medida que se van realizando sesiones de musicoterapia suelen aparecer mejoras en los participantes a nivel de motivación, asistencia a los encuentros y participación en las sesiones.

Algunas demostraciones por parte de los usuarios son:

- Conexión: conecta con la música a nivel emocional y le evoca recuerdos.
- Disfrute: sonrío, mueve el cuerpo, lleva el ritmo, aplaude, se ríe, habla...
- Identidad: expresa con claridad “a mí me gusta esto”, a ni no me gusta... soy romántica...”
- Evocación: su mirada se traslada a sus recuerdos.
- Emoción: respuesta emocional muy fuerte y diferencial ante la música.
- Opinión: tras cada audición opina sobre el tema e incluso sobre el cantante.
- Criterio: sabe diferenciar entre lo que le gusta y lo que no.

Además, al término de cada sesión el nivel de ansiedad es menor que al inicio. Los usuarios tienden a encontrarse más tranquilos, más relajados, se olvidan de los problemas y les ayudaba a estar más alegres.

En definitiva, cabe destacar que pese a las limitaciones físicas y psicológicas que algunas personas mayores puedan presentar, se puede conseguir que mantengan ciertas habilidades cognitivas si éstas son estimuladas con músicas correspondientes a su identidad sonora, es decir, a su época, mediante el canto, el baile y el aprendizaje de otros conocimientos musicales (como aprender a tocar algún instrumento a nivel básico), lo que, además, les llevará inevitablemente a mejorar sus relaciones sociales y, como consecuencia, su calidad de vida.

8. CENTROS DE INTERÉS

ANEXO 3: INFORMACIÓN DE INTERÉS SOBRE CENTROS

9. BIBLIOGRAFÍA

<https://temaerasistencia.com/la-musicoterapia-en-la-tercera-edad/>

<https://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente/docs/bbpp/BP82SirimiriMusica.pdf>

<https://sid.usal.es/idoocs/F8/ART19221/238-5%20Valverde.pdf>

<https://residenciaolimpia.eus/actividades-de-musicoterapia-para-ancianos/>

https://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/21021_sempa.pdf

<http://musicoterapiauv.blogspot.com/p/el-musicoterapeuta.html?m=1>

<https://consultasexologo.com/articulos/taller-de-musicoterapia-para-personas-mayores>

https://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/21021_sempa.pdf

<https://www.gear4music.es/es/Bateria-y-percusion/15pc-KS2-Drum-and-Jingle-Classroom-Percussion-Set-by-Gear4music/20E9>

FOTOS O IMÁGENES

<https://www.gear4music.es/es/Bateria-y-percusion/15pc-KS2-Drum-and-Jingle-Classroom-Percussion-Set-by-Gear4music/20E9>

<https://www.goconqr.com/en/p/12719826>

<https://www.incite.es/la-musica-el-hilo-que-a-veces-se-teje-entre-cerebro-y-corazon/>

<https://www.klipartz.com/es/search?q=abuelo+de+los+dibujos>

<https://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/guademusicoterapia.pdf>

<https://media.istockphoto.com/vectors/grandfather-listening-to-music-vector-id1086614806>

<https://es.dreamstime.com/personas-mayores-del-baile-personajes-de-dibujos-animados-diversos-que-bailan-una-l%C3%ADnea-conga-divertidas-felices-vector-activo-image155629193>